



Volume 3 Nomor 1 (2024) Juni

**GENITRI: JURNAL PENGABDIAN
MASYARAKAT BIDANG KESEHATAN**
ISSN: 2964-7010

**Pendampingan Ibu Nifas untuk Pencegahan dan Perawatan
Rupture Perenium dengan Paket " Paras Rupawan "**

Sari Widyaningsih¹, Dita Selvianti²
Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Sapta Bakti
Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Sapta Bakti

Corresponding author : Sari Widyaningsih
Email : Sariwidya0303@gmail.com

ABSTRAK

Kawasan strategis nasional dalam melaksanakan pengabdian masyarakat sesuai dengan rekomendasi Kementerian Desa salah satunya adalah Kabupaten Seluma yang merupakan bagian dari kecamatan Sukaraja. Terdapat 1 Desa binaan yaitu Desa Padang Pelawi adalah bagian dari Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma. Metode yang akan diterapkan dalam merealisasikan program PKM ini adalah dalam bentuk pelatihan dan pengawasan. Tahap Kegiatan Pelatihan pada kader, Pembentukan kader, Penyusunan modul modul " PARAS RUPAWAN " Paket Perawatan Nifas Rupture Perenium dan Kegiatan Pengawasan. Hasil dalam Program ini menunjukkan Peningkatan Keterampilan Kader dan Pengetahuan ibu Nifas Baik 60% tentang upaya pencegahan dan perawatan Rupture Perenium. Tujuan Utama dari Pengabdian ini adalah memberikan penyelesaian permasalahan mitra dengan memberikan penyuluhan tentang pencegahan dan perawatan Rupture Perenium pemahaman tentang upaya pencegahan dan perawatan rupture perenium bentuk modul " PARAS RUPAWAN ". Paket Perawatan Nifas Rupture Perenium Wanita berupa modul harian yang aplikatif dan mudah dipahami program pendampingan (Kader Daulah) bagi ibu nifas menuju Sehat Berkualitas Pembentukan Kader Nifas Sehat Pendampingan Pembentukan Kerjasama dengan Puskesmas Terdekat.

Kata Kunci: Pendampingan Ibu Nifas, Pencegahan dan Perawatan, Rupture Perenium

ABSTRACT

One of the national strategic areas for carrying out community service in accordance with the recommendations of the Ministry of Villages is Seluma Regency which is part of Sukaraja sub-district. There is 1 assisted village, namely Padang Pelawi Village, which is part of Sukaraja District, Seluma Regency. The method that will be applied in realizing this PKM program is in the form of training and supervision. The method that will be applied in realizing this PKM program is in the form of training and supervision. Training activity stage for cadres, formation of cadres, preparation of the "PARAS RUPAWAN" module, Postpartum Rupture Perenium Care Package and Supervision Activities. The results of this program show an increase in cadre skills and knowledge Good of postpartum mothers by 60 % regarding efforts to prevent and treat perennial rupture. The main objective of this service is to provide solutions to partners' problems by providing education about preventing and treating perennial rupture, understanding efforts to prevent and treat perennial rupture in the form of the "PARAS RUPAWAN" module. Women's Perenium Rupture Postpartum Care Package in the form of daily modules that are applicable and easy to understand, a mentoring program (Kader Daulah) for postpartum mothers towards quality health. Formation of a Healthy Postpartum Cadre. Mentoring. Formation of Collaboration with the Nearest Community Health Center.

Keyword: Assistance for Postpartum Mothers, Prevention and Treatment, Perenium Rupture.

PENDAHULUAN

Kawasan strategis nasional dalam melaksanakan pengabdian masyarakat sesuai dengan rekomendasi Kementerian Desa salah satunya adalah Kabupaten Seluma yang merupakan bagian dari kecamatan Sukaraja. Terdapat 1 Desa binaan yaitu Desa Padang Pelawi adalah bagian dari Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma yang merupakan Desa Binaan STIKes Sapta Bakti Bengkulu sejak tahun 2020. Desa binaan terletak 30 kilometer dari kampus Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bengkulu.

Saat ini desa tersebut termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Cahaya Negeri. Penduduk di desa tersebut sebagian besar merupakan usia produktif dengan jumlah penduduk 2.139 jiwa. Pasangan usia subur (PUS) di desa adalah 488 PUS yang berpotensi untuk hamil. Rata-rata terdapat 15 hingga 10 ibu hamil pertahun di desa tersebut. Tingkat pendidikan penduduk di desa tersebut mayoritas adalah tamat SLTA/sekolah menengah atas dan sebagian kecil tamat SD. Di desa tersebut tidak memiliki bidan hanya memiliki kader yang berjumlah 15 kader kesehatan. Sarana kesehatan yang dimiliki desa Padang Pelawi seperti Puskesmas (milik PTPN VII), Akses kesehatan yang bisa diperoleh ibu hamil adalah pemeriksaan di Puskesmas Cahaya Negeri yang berjarak 5 km.

Kehamilan, persalinan, hingga nifas merupakan siklus hidup yang dialami wanita hal ini sangat berkaitan dengan asuhan fisiologis dan patologis yang diberikan oleh bidan. Persalinan dapat menimbulkan trauma fisik dan psikis akibat robekan atau rupture perinium yang dapat terjadi secara spontan maupun dengan tindakan eposiotomi. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meminimalisir ruptur perinium adalah dengan melakukan senam rutin yaitu dengan melakukan gerakan kegel. Kegsel merupakan gerakan seperti menahan kencing yang dilakukan selama kehamilan untuk mengoptimalkan otot pubococcygea di daerah perineal agar otot dasar panggul kuat dan melenturkan jaringan perineum (Prawirohardjo, S. (2009).

Latihan otot dasar panggul atau yang dikenal dengan senam nifas terbukti untuk memperkuat otot dasar panggul setelah melahirkan, meningkatkan kualitas hidup, mengurangi gejala inkontinensi, dan mempercepat penyembuhan luka perineum. Melakukan senam nifas selama 1-6 hari postpartum efektif dalam pencegahan dan pengobatan disfungsi dasar panggul selama kehamilan dan setelah melahirkan. Penguatan otot selama rehabilitasi perineum dapat menurunkan nyeri perineum dengan wanita trauma perineum (Mutmainah H, 2019).

Oleh karena itu untuk membantu para ibu nifas yang mengalami rupture perineum untuk mencegah, merawat dan membantu proses penyembuhan luka perineum. Maka akan dibentuknya kader nifas di desa padang pelawi dengan harapannya tingkat pengetahuan dan kepatuhan meningkat secara maksimal. Dengan adanya tim kader ini akan membantu mendampingi dan membimbing ibu supaya pengetahuan mengenai periode nifas bertambah sehingga ibu merasa ada yang mengawasi, menjaga dan peduli tentang keadaannya. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan dan kepatuhan ibu untuk menerapkan pendidikan kesehatan yang sudah diberikan oleh Bidan dan tim kader nifas, sehingga ibu bisa menjalani periode nifas dengan tenang dan rasa aman.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Tanggal 03 Maret 2024 di Desa Padang Pelawi bagian dari Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma dengan beberapa tahap Yaitu kegiatan pelatihan, Pembentukan susunan kepengurusan kader, Pembuatan Modul, dan Kegiatan Pengawasan.

- a. Kegiatan Pelatihan
- b. Pembentukan susunan kepengurusan kader
- c. Pembuatan modul
- d. Kegiatan Pengawasan.

Kegiatan ini merupakan pendampingan sekaligus evaluasi bersama kader terhadap penerapan kegiatan pelatihan yang telah diberikan pada ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memotivasi sekaligus mengetahui hambatan-hambatan ibu dalam melaksanakan serangkaian kegiatan hasil pelatihan dan panduan yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN





Gambar 3. Dokumentasi Pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat Di Desa Padang Pelawi, Seluma

Tahap Persiapan

- a. Kegiatan Pelatihan
Pelatihan pada kader dilakukan dengan tujuan meningkatkan keterampilan dan pengetahuan kader dalam memberikan informasi kepada ibu hamil mengenai pencegahan dan perawatan Rupture Perenium.
- b. Pembentukan susunan kepengurusan kader
Pembentukan kader dapat berjalan berkesinambungan jika didukung oleh tokoh masyarakat, aparat setempat, dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu dibentuk kepengurusan kelompok kader
- c. Pembuatan modul
Penyusunan modul " PARAS RUPAWAN " Paket Perawatan Nifas Rupture Perenium Wanita berupa modul harian yang aplikatif dan mudah dipahami bertujuan untuk memudahkan kader dalam melaksanakan perannya. Tujuan lainnya adalah menstandarkan

peran kader, sehingga tidak bingung dalam melaksanakan tugasnya.

- d. Kegiatan Pengawasan.
Kegiatan ini merupakan pendampingan sekaligus evaluasi bersama kader terhadap penerapan kegiatan pelatihan yang telah diberikan pada ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memotivasi sekaligus mengetahui hambatan-hambatan ibu dalam melaksanakan serangkaian kegiatan hasil pelatihan dan panduan yang telah diberikan.

Hasil Pretest dan Posttest Pengetahuan



Gambar 1. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum diberikan Penyuluhan

Gambar 1. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang ruptur perineum untuk mencegah, merawat dan membantu proses penyembuhan luka perineum. sebagian besar di tingkat pengetahuan Cukup yaitu sebanyak 50%.



Gambar 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Setelah diberikan Penyuluhan

Gambar 2. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang rupture perineum untuk mencegah, merawat dan membantu proses penyembuhan luka perineum mengalami peningkatan. Tidak terdapat tingkat pengetahuan yang kurang, sebagian besar di tingkat pengetahuan Cukup yaitu sebanyak 60% dan Baik sebanyak 40%.

Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang kesehatan maka para penduduk belum bisa menjadi masyarakat madani yang sadar akan kesehatan diri sendiri dan lingkungan, tujuan di bentuknya desa binaan ialah diharapkan para civitas akademika dan mahasiswa STIKES SAPTA BAKTI dapat mengimplementasikan ilmu tentang pendidikan kesehatan dan penerapan sesuai prosedur kesehatan bisa di laksanakan di desa tersebut sehingga tingkat kesadaran dan kepatuhan akan kesehatan bisa berjalan dengan baik demi meningkatnya derajat kesehatan di desa tersebut.

Masalah kesehatan ibu dan anak saat ini masih menjadi issue yang banyak harus di angkat dan diselesaikan termasuk dengan ibu nifas ,banyak ibu nifas masih mengeluh seputar periode nifas dari pemberian ASI, Perawatan diri setelah nifas, dan Pemeliharaan keadaan psikologis ibu nifas. Peningkatan Pengetahuan

ibu Nifas 60% tentang upaya pencegahan dan perawatan Rupture Perineum.

Tujuan Utama dari Pengabdian ini adalah memberikan penyelesaian permasalahan mitra dengan memberikan penyuluhan tentang pencegahan dan perawatan Rupture Perineum pemahaman tentang upaya pencegahan dan perawatan rupture perineum bentuk modul " PARAS RUPAWAN " Oleh karena masalah tersebut maka dibentuknya tim kader ibu nifas supaya menjadi pendamping para ibu nifas di desa tersebut sehingga ibu nifas merasa tenang dan nyaman selama masa nifas serta keluhan yang dialami bisa diatasi dari pendampingan tim kader nifas tersebut. Tim kader nifas itu sendiri terdiri dari para ibu yang bermukim didesa yang bersedia untuk membantu dan mau dilatih untuk program pendampingan ibu nifas.

SIMPULAN DAN SARAN

Tujuan Utama dari Pengabdian ini adalah memberikan penyelesaian permasalahan mitra dengan memberikan penyuluhan tentang pencegahan dan perawatan Rupture Perineum pemahaman dan peningkatan Pengetahuan ibu Nifas 85% tentang upaya pencegahan dan perawatan Rupture Perineum tentang upaya pencegahan dan perawatan rupture perineum bentuk modul " PARAS RUPAWAN " Oleh karena masalah tersebut maka dibentuknya tim kader ibu nifas supaya menjadi pendamping para ibu nifas di desa tersebut sehingga ibu nifas merasa tenang dan nyaman selama masa nifas serta keluhan yang dialami bisa diatasi dari pendampingan tim kader nifas tersebut. Tim kader nifas itu sendiri terdiri dari para ibu yang bermukim didesa yang bersedia untuk membantu dan mau dilatih untuk program pendampingan ibu nifas.

Untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas perlu kesadaran ibu Nifas dan kader tentang pentingnya pencegahan dan perawatan rupture perineum serta untuk melakukan pencegahan dan perawatan rupture perineum dan Desa memiliki Kader Nifas Sehat. Diharapkan tenaga kesehatan melibatkan keluarga dalam memberikan asuhan ibu nifas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima – kasih Kepada Ketua STIKes Sapta Bakti yang telah memberikan Kesempatan dalam melaksanakan Pengabdian kepada Masyarakat di Lokasi Desa Binaan. Terima – Kasih juga Kepada LPPM dan Kader yang telah mensukseskan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aasheim V, Nilsen ABV, Reinart LM, Lukasse M. Perineal techniques during the second stage of labour for reducing perineal trauma. *Cochrane Database Syst Rev*. 2017;2017(6).
- Abedzadeh-Kalahroudi M, Talebian A, Sadat Z, Mesdaghinia E. Perineal trauma: incidence and its risk factors. *J Obstet Gynaecol (Lahore)* [Internet]. 2019;39(2):206–11. Available from: <https://doi.org/10.1080/01443615.2018.1476473>
- Alshiek J, Garcia B, Minassian VA, Iglesia CB, Clark A, Sokol ER, et al. Vaginal Energy Based Devices - AUGS Clinical Consensus Statement. *Female Pelvic Med Reconstr Surg*. 2020;26(5):287–98.
- Antini A. Efektivitas Senam Kegel Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Normal. *J Penelit Kesehat Suara Forikes*. 2016;VII(4):212–6.
- Begley C, Guilliland K, Dixon L, Reilly M, Keegan C, McCann C, et al. A qualitative exploration of techniques used by expert midwives to preserve the perineum intact. *Women and Birth* [Internet]. 2019;32(1):87–97. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.04.015>
- D'Souza JC, Monga A, Tincello DG. Risk factors for perineal trauma in the primiparous population during non-operative vaginal delivery. *Int Urogynecol J*. 2020;31(3):621–5.
- Dönmez S, Kavlak O. Effects of Prenatal Perineal Massage and Kegel Exercises on the Integrity of Postnatal Perine. *Health (Irvine Calif)*. 2015;07(04):495–505.
- Fitri EY, Aprina A, Setiawati S. Pengaruh Senam Kegel terhadap Penyembuhan Luka pada Ibu Post Partum. *J Ilm Keperawatan Sai Betik*. 2020;15(2):179.
- Mutmainah H, Yuliasari D, Mariza A. Pencegahan Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Dengan Pijat Perineum. *J Kebidanan*. 2019;5(2):137–43.
- Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018.
- Prawirohardjo, S. (2009). Ilmu Kebidanan. Edisi Keempat. Cetakan kedua. Jakarta: PT Bina Pustaka Yayasan Sarwono Prawirohardjo. Profil Desa Padang Pelawi. 2024
- Susilawati E, Ilda WR. Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Bpm Siti Julaeha Pekanbaru. *J Midwifery Sci*. 2019;3(1):7–14.
- Undang-undang RI. Undang-undang RI No. 4